



NADAČNÍ FOND

Díky podpoře NF Gabrielis ve výši 70tis. Kč jsme mohli realizovat osm večerů v rámci projektu Alzheimer Café, bližší informace o projektu níže v textu.

Náklady na jedno setkání vychází přibližně na deset tisíc korun a je v nich zahrnut pronájem prostor, příprava setkání, odměna moderátora a přednášejícího a drobné občerstvení pro účastníky. Vzhledem k tomu, že jedno setkání se uskutečnilo během konference Montessori, byly náklady na tento konkrétní večer nižší.

Pro návštěvníky jsou tato setkání zdarma, právě díky našim dárcům.

Děkujeme!

**Alzheimer Café** je příjemným a neformálním místem pro setkávání lidí s demencí, jejich blízkých a odborníků. Každé první úterý v měsíci tu mohou všichni návštěvníci společně s ostatními sdílet nejen své obavy, ale i zkušenosti a radosti spojené s péčí. V bezpečném prostředí se zde lidé za podpory zvaných odborníků dozvídají o různých tématech a zejména také o tom, že v tom, navzdory zdání, nikdy nejsou sami.

### **Proč to děláme?**

Z vlastní zkušenosti víme, jak těžko se ostatním lidem předává, co vše Alzheimerova choroba a jiné demence do rodiny přináší. Protože o potížích, se kterými se musíme dennodenně potýkat, se mluví jen stěží, často se v tomto těžkém období ocitáme my i ti, o které pečujeme, sami. Alzheimer Café nabízí možnost najít právě v této době tolik potřebné spojení. Nabízí možnost setkat se jednou za měsíc s lidmi, kteří prochází tím samým, a s pomocí zvaných odborníků zde společně získat nejen informace, ale také útěchu a povzbuzení. Snahou Alzheimer Café je mimo jiné také toto téma více otevřít, pomoci lidem o něm více a bez ostychu hovořit, a nabídnout jim tak možnost začít v přátelském prostředí hledat pomocnou ruku.

### **Pro koho je Alzheimer Café?**

Alzheimer Café nabízí prostor pro setkávání lidí s demencí společně s jejich blízkými, přáteli, sousedy nebo kýmkoliv dalším, kdo si přeje dozvědět se o demencích více. Srdečně vítán je kdokoli, koho toto téma zajímá, ať už z osobních, profesních nebo jiných důvodů. Kouzlo Alzheimer Café setkání spočívá právě v tom, že nabízí prostor nejen pro pečující, ale také pro lidi s demencí. Ti, pokud jim to nemoc dovoluje, mohou přijít v jakékoliv její fázi. Společně si tak v Alzheimer Café mohou všichni navzájem poradit, na chvíli na nemoc zapomenout a užít si plnohodnotné a bezstarostné chvíle ve společnosti ostatních.

### **Jak to funguje?**

Přáli bychom si, aby neutrální půda Alzheimer Café byla zdrojem nápadů a vzájemné pomoci. Na každé setkání je proto zván někdo z řad odborníků, kdo formou rozhovoru s moderátorem poskytuje zajímavé informace o konkrétním tématu a na koho se mohou návštěvníci obrátit s dotazy. V ostatním čase návštěvníci Alzheimer Café potkávají především jeden druhého. Nad hrnkem kávy si tak mohou vyměnit cenné zkušenosti a informace s vědomím, že nejsou sami, kdo prochází stejně těžkým obdobím.



NADAČNÍ FOND

## **O čem jsou jednotlivá témata?**

Jednotlivá témata jsou vybírána tak, aby návštěvníkům pomohla pochopit nejen to, jak demence fungují a co s sebou přináší. Dotýkají se také citlivých otázek, které při péči vyvstávají a se kterými se jak lidé s demencí, tak jejich pečující musí vyrovnávat. Některá témata jsou náročná a citlivá, ale věříme, že když o nich budeme schopni mluvit, snáz se s nimi vyrovnáme.

## **Jak dlouho Alzheimer Café trvá?**

Délka každého setkání závisí především na jeho návštěvnících. Snažíme se, aby všechna setkání byla co nejméně formální, a tak ani čas není přísně regulovaný. Některé části večera však své časové ohraničení mají, a většinou se tak délka jednotlivých Alzheimer Café pohybuje okolo dvou hodin.

## **Jak samotný večer probíhá?**

Návštěvníci mohou přicházet kdykoliv mezi 18:00 a 18:15, dát si kávu nebo čaj a udělat si pohodlí. Následuje vždy zhruba dvacetiminutový rozhovor moderátora s hostem, během kterého je představeno dané téma. Po pauze, která následuje, se mohou návštěvníci ve společné diskusi zeptat hosta i ostatních návštěvníků na cokoli, co je k tématu zajímavé. Po skončení tohoto programu jsou všichni vítáni ještě chvíli zůstat, popovídat si, a celý večer tak společně uzavřít.

## **Kde a kdy se Alzheimer Café koná?**

Alzheimer Café se koná vždy každé první úterý v měsíci od 18:00. Setkání se konají v příjemných prostorách Centra Seňorina. Domácí prostředí tohoto odlehčovacího centra je zcela bezbariérové a bezpečné, a umožňuje tedy přístup i lidem s pohybovými obtížemi.

## **Kolik to stojí?**

Díky podpoře našich dárců, které si velmi vážíme, je Alzheimer Café pro všechny účastníky zcela zdarma. Stačí jen dobrá nálada a chuť dozvědět se společně o demencích něco nového.

## **Jak se mohu přihlásit?**

Na jednotlivá Alzheimer Café se nemusíte předem ani na místě nijak zapisovat. Přijít a odejít můžete kdykoliv a účast na jednom setkání Vás nijak nezavazuje k těm dalším. Takže pokud budete mít chuť, stačí prostě jen přijít, moc rádi Vás uvidíme.